MI MISIÓN EN LA UNAM[1]

Por Raúl Porta Contreras.



Foto: Cesar Augusto Fernández Gijon.

Parece que fue ayer, aunque no logro recordar la fecha exacta, cuando Raúl Porta nos leyó por primera vez este pequeño ensayo: ***Mi misión en la UNAM.*** Hoy, quien fuera entrenador, guía, amigo y padre de varias generaciones de nadadores de alto rendimiento de nuestra máxima casa de estudios, ya no está en este plano de existencia; pero vive en su legado y en el recuerdo de tantas experiencias maravillosas que nos entregó. ***Mi misión en la UNAM***, lo muestra como el humanista que fue, además de gran conocedor de la disciplina de la natación. Dado que nunca pensó en publicar este texto, me di la licencia de corregirle algunos detalles de redacción, pero sin afectar de ninguna manera su gran mensaje: la natación, sea educativa, utilitaria o competitiva, debe contribuir al desarrollo de valores y actitudes constructivos para los individuos y la sociedad.

Carlos Andrés Aguirre Álvarez,
Ciudad de México, a 11 de febrero del 2017

---

1 Honor a quien honor merece, se le solicita a quien utilice este texto, todo o en partes, cite su procedencia y autor.

¿Qué te debe enseñar la natación además de mantenerte sin peligro dentro del agua?

En principio, debemos entender que el deportista es una persona. Y que esa persona algún día tendrá que utilizar el deporte únicamente para conservar su salud, pues se enfrentará a otros compromisos con su profesión y con ***la sociedad.*** Por eso debemos aprender a generar una respuesta correcta frente a los problemas que se nos presenten. Debemos tener presentes las siguientes interrogantes:

- ¿Qué habilidades requiere un profesionista para ser exitoso?
- ¿La natación le enseña algunas de éstas?
- ¿Qué porcentaje de nadadores gana una medalla olímpica?
- ¿No ganar una medalla olímpica es un fracaso para un nadador?
- ¿Es importante ganar al precio que sea?
- Qué es más importante: ¿ganar o ser una persona socialmente responsable?
- En un contexto más amplio, ¿cuál es el objetivo de estar en esta vida?: ¿ser el mas rápido en el agua o aprovechar las oportunidades que la vida nos da para madurar y desarrollar todos nuestros talentos?

Entrenar natación debe servirles para aprender valores que les fortalezcan el carácter y les den mayores posibilidades de llevar una vida integral y satisfactoria. Es decir, usar la natación como un laboratorio que les permita ensayar y fortalecer sus habilidades para enfrentar con éxito las dificultades de la vida. Deben ser personas que mediante el entrenamiento deportivo desarrollen sus habilidades físicas, mentales y emocionales; y que como consecuencia obtengan un mejor resultado deportivo, siempre dentro de un marco de respeto y reconocimiento de su individualidad; utilizando la experiencia deportiva como un medio para la formación del carácter y los valores positivos del ser humano. Por ello, deben aprender los valores esenciales. Para que puedan aprender estos conceptos, he considerado necesario que conozcan mi filosofía de la vida.

¿Cuáles son mis compromisos como su entrenador?

- ➔ Ante todo, privilegiar la seguridad de ustedes. Que nunca los someta a realizar actividades que puedan poner en riesgo su integridad física, mental o emocional.
- ➔ Por lo tanto, debo cuidar su bienestar integral. Esto implica:
    - ➔ Que debo de tratarlos siempre con respeto y dignidad; respetar su integridad, reconociendo que no son de mi propiedad, que son de ustedes mismos, con sus virtudes y defectos.
    - ➔ Por eso no debo de utilizarlos para mis propios fines, intereses o ambiciones personales.
    - ➔ Debo hacer de cada evento deportivo un momento privilegiado, una especie de fiesta; sin importar la magnitud del premio o la consecuencia del mismo.
    - ➔ Debo enseñarles a respetar las reglas y el espíritu del deporte.

- ➔ Debo enseñarles a respetar a sus compañeros y a sus contrarios, incluso más que ellos mismos.
- ➔ También tengo que enseñarles a aceptar las decisiones de los árbitros y jueces del deporte; sabiendo que, igual que nosotros, ellos pueden equivocarse. Pero debemos de pensar que se esfuerzan para no hacerlo.
- ➔ Debo enseñarles a evitar las malas intenciones y la agresividad en sus acciones, palabras o textos.
- ➔ A que no deben usar astucias ni trampas para conseguir el éxito.
- ➔ A que sean siempre dignos, tanto ganando como perdiendo.
- ➔ A que ayuden a todos con sus experiencias, siendo comprensivos y ante todo responsables de su libertad y sus decisiones.
- ➔ A que deben prestar socorro a toda persona que se encuentre herida o cuya vida peligre, siempre que el riesgo no sea mayor para ustedes.
- ➔ Ser realmente un embajador del deporte, ayudando a hacer respetar los principios ya indicados a los que viven cerca de ustedes.
- ➔ Mi objetivo es luchar con todas mis capacidades para cumplir con todo lo anterior, porque eso generará que ustedes demuestren lo que significa ser deportista.

Por eso, la natación en particular enseña más que a manejarse en el agua. Por que en el proceso de comprometerte con una meta, te ves exigido a desarrollar tus cualidades internas, mismas que necesitas para enfrentar la vida; y eso es mucho más importante que ser el más rápido del mundo en el agua (son muy pocos los que ganan una medalla olímpica, pero millones los que pueden ser mejores personas gracias a la natación). Porque el deportista, más allá de las medallas, los tiempos y los lugares, recibe duras pero generosas lecciones que le enseñan el valor del esfuerzo, la importancia del trabajo y la labor en equipo; y a través de su entrega forja aquello que nadie le puede regalar o vender: un carácter integro que sabe de disciplina, de respeto, de honestidad y de todos los demás valores que hacen a una persona ser exitosa en la vida.

El deporte, vivido como una disciplina competitiva, te obliga a comprender que nada en la vida es fortuito, que todo requiere planificación, compromiso, acción y responsabilidad: ***que no hay atajos para ser exitoso; que la vida de los adultos no es sencilla.*** Que se requiere desarrollar habilidades para hacerle frente a las situaciones complicadas que se nos presenten, como las exigencias del trabajo o la pérdida del mismo. O nuestras situaciones emocionales, como el examen de una materia que nos ha costado trabajo asimilar, el declararse a una persona, la muerte de seres queridos, o simplemente el enfrentarse a la experiencia de no alcanzar alguna meta que deseamos. La vida exige capacidad de respuesta y desarrollo de habilidades.

La natación les debe enseñar a:

- ◆ Tolerar la frustración.

- Desarrollar la paciencia.
- Aprender que las gratificaciones o resultados no son inmediatos.
- Fortalecer el manejo emocional.
- Manejo de la pérdida de algo que hayamos conseguido.
- Empatía y valor de la amistad.
- Tener capacidad de enfoque y concentración.
- Tener la capacidad de relajación.
- Manejar la presión y de estrés.
- A trabajar en equipo.
- A buscar el bien común.
- A saber ser subordinado.
- A tener poder de liderazgo.
- A tener la capacidad para priorizar y organizar su tiempo.
- A ser puntual.
- A neutralizar o eliminar las deficiencias de carácter, como el ser obsesivo, aprensivo, agresivo, miedoso, deficiente de atención.
- Ante todo a tener ***responsabilidad.***
- ***¿Cuál de todas estas habilidades es necesaria para vivir una vida plena, feliz e integra?***

¿Qué es mas importante para una persona?: ganar al precio que sea o comprometerse a ser el mejor en el deporte que practica y en el camino crecer como persona.

Siendo un deportista, como lo he definido, esta persona da todo en búsqueda de la cima anhelada y, en el intento, descubre que su principal recurso, así como su último fin, es la propia fuerza interior. Esa fuerza interior es, simultáneamente, lo que le mueve y le da la dirección hacia donde se dirige: ***¡es lo que ustedes son y en lo que se convertirán!*** Tu fuerza interior es y se manifiesta de maneras diversas, pero todas son ramificaciones de una misma columna vertebral: ***¡tu ser!*** Es, dicho de otra forma, un camino que te lleva a encontrar dentro de ti mismo todo lo que requieres y todo lo que eres. Es un reconocimiento de tu valía hoy, aquí, ahora y siempre, más allá de ganar o perder. Más allá del reconocimiento, del aplauso, de la alabanza o el vituperio. Es la noción clara de que la meta esta dentro de ti, que la cima eres tú mismo y es tu propio derecho de celebrar tu lugar en el mundo.

El recorrer paso a paso este camino, repercute en tu formación, en la seguridad de ti mismo. Te construye un carácter integro y con valores positivos como ser atrevido, responsable, determinado, disciplinado, respetuoso, entregado, tenaz, digno, comprometido, confiado en ti mismo para que puedas respetar el juego limpio. En teoría, esto es lo que te ofrece el deporte por mi conducto, pero ¿se cumple?: ojalá así fuera.

Existe el otro lado de la moneda; el deporte puede deformar la personalidad. El deporte competitivo puede ser, y de hecho es también, deformativo: contrario a colaborar con la consolidación de la autoestima y dignidad fundamental, basada en el interior de la persona, crea personas inseguras y dependientes de los aplausos, reconocimientos y alabanzas provenientes del exterior. ¿Cuantas figuras del deporte, lejos de ser ejemplos de sencillez, ecuanimidad, juego limpio o disciplina, son auténticos vividores,

ejemplos de autosuficiencia, vanidad, prepotencia y egocentrismo? Este tipo de deportistas, que según lo acabo de definir, no son unos auténticos; sus logros y hazañas no escapan a la contaminación de los intereses políticos, personales y familiares, finalmente, intereses económicos, de estatus y de poder.

Entonces, ¿cuáles deben ser nuestras orientaciones principales?

- Debemos desarrollar una estabilidad emocional y del carácter.
- Darle a cada situación su debido contexto, no arrastrar emociones de una situación a otra.
- Tener la capacidad para mantenernos por encima de la psicología y la postura emocional de nuestros compañeros.
- No reaccionar emocionalmente por nuestras propias deficiencias, sino saber restar nuestras propias predisposiciones y prejuicios para tener una percepción clara y no contaminada de lo que ocurre. Esto demostrará nuestra madurez.
- Debemos realizar acciones que reflejen nuestras palabras. Que busquemos, con nuestra propia vida, ilustrar la manera de vivenciar nuestros principios formativos. Esto se llama integridad
- Debemos reflejar nuestras ideas de manera creativa y con sentido del humor.
- Tenemos que encontrar soluciones creativas, siendo conocedores de que un problema no necesariamente tiene sola una solución.

Para mi, los valores esenciales son:

- El Amor
- La Conciencia
- La Libertad
- La Voluntad
- La Responsabilidad

El amor, para mí, es el principio que debe regir nuestra vida; del que se derivan todos los demás principios. Es el inicio y el final. La esencia del amor es darse, entregarse. Ayudar a quien se pueda, sin importar quien sea. Pero el amor debe madurar: no es la cucharadita de azúcar, puede ser seco y fuerte, pero siempre pensando en el beneficio de quien lo recibe.

La conciencia, ¿qué es para mí? La conciencia es algo que no se otorga, que se gana por medio de las experiencias. Las personas tenemos que obtener la conciencia a través de nuestras experiencias, nadie nos la va a otorgar. Se va adquiriendo paso a pasito, es un todo un proceso. Ella intenta favorecer el desarrollo de nuestra identidad y nuestra sensibilidad. Nos debe enseñar a conocer quienes somos y a ir desarrollando una visión amplia de la realidad.

¿Qué entiendo por libertad? Considero que es un derecho muy importante que poseemos. Debemos creer que somos en verdad libres, pero también que debemos aprender a serlo. Somos libres para decidir y también para sentir. Nadie decide sobre tu vida mas que tu mismo, aunque a veces creamos que es diferente. Debemos aprender a desarrollar nuestro criterio y

eso nos dará el poder de nuestra decisión. La libertad implica que debemos aprender a renunciar. Esto es imprescindible, debemos aprender a renunciar a algunas cosas a las que tenemos derecho, pero que al hacer uso de ellas atentamos contra los derechos o libertades de los demás. Decidir con libertad, implica asumir los riesgos que resulten de nuestra decisión.

¿Qué significa para mí tener voluntad? Considero que es la fuerza en acción: es poner en práctica nuestras ideas. Pero debemos entender que una cosa es desear y otra es querer. Cuando uno de verdad quiere algo, pone en marcha todo su ser para lograrlo: toma acciones congruentes con lo que quiere conseguir. El mundo lo conquistan las personas que tienen el coraje de atreverse: ojalá que esos atrevidos siempre utilizarán las razones correctas.

¿Para mi que es la responsabilidad? Deberá ser la enseñanza mas palpable que debería trasmitirles por medio del deporte. Que sus actos, al ser libres y conscientes, repercutan en consecuencias gratas para ustedes. La responsabilidad implica saber aceptar y asumir las consecuencias de tus actos. Es decir, tener capacidad de respuesta ante tu propia vida. Nuestra vida es nuestra responsabilidad: quien lo crea diferente se engaña.

Por último, les quiero mencionar que la vida es una aventura, no una excursión que lleva un guía. Quiero que la natación les ayude a comprenderlo. Incluso, la natación les debe ayudar a ir alcanzando un estado de serenidad ante la incertidumbre y no vivir buscando controlar lo incontrolable.